

คู่มือการปฏิบัติงาน/คู่มือการให้บริการประชาชน
กระบวนการที่ 2 ชื่อกระบวนการส่งเสริมป้องกันปัญหาสุขภาพจิต

1. วัตถุประสงค์

1.1 เพื่อให้ส่วนราชการมีการจัดคู่มือการปฏิบัติงานที่ชัดเจน อย่างเป็นลายลักษณ์อักษร ที่แสดงถึงรายละเอียดขั้นตอนการปฏิบัติงานของกิจกรรม/กระบวนการต่างๆ ของหน่วยงาน และสร้างมาตรฐานการปฏิบัติงานที่มุ่งไปสู่การบริหารคุณภาพทั่วทั้งองค์กรอย่างมีประสิทธิภาพ เกิดผลงานที่ได้มาตรฐานเป็นไปตามเป้าหมาย ได้ผลิตผลหรือการบริการที่มีคุณภาพ และบรรลุข้อกำหนดที่สำคัญของกระบวนการ

1.2 เพื่อเป็นหลักฐานแสดงวิธีการทำงานที่สามารถถ่ายทอดให้กับผู้เข้ามาปฏิบัติงานใหม่ พัฒนาให้การทำงานเป็นมืออาชีพ และใช้ประกอบการประเมินผลการปฏิบัติงานของบุคลากร รวมทั้งแสดงหรือเผยแพร่ให้กับบุคคลภายนอก หรือผู้ใช้บริการ ให้สามารถเข้าใจและใช้ประโยชน์จากกระบวนการที่มีอยู่เพื่อขอการรับบริการที่ตรงกับความต้องการ

1.3 เพื่อใช้เป็นแนวทางในการดำเนินงานโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด (TO BE NUMBER ONE) ในยุทธศาสตร์การดำเนินงานยุทธศาสตร์ที่ 2 “การเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่เยาวชนในชุมชน” คือ การจัดตั้งศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ในห้างสรรพสินค้ากรุงเทพมหานคร 4 แห่ง ที่ดำเนินการโดยกรมสุขภาพจิต ได้แก่ ศูนย์แพชชั่นไอส์แลนด์ ศูนย์ฟิวเจอร์พาร์ค รังสิต ศูนย์ซีคอนสแควร์ และศูนย์เดอะมอลล์ บางแค ให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

1.4 เพื่อช่วยเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจในกระบวนการดำเนินงานให้แก่อาสาสมัครแกนนำศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ที่ปฏิบัติงานและทำหน้าที่ในศูนย์แพชชั่นไอส์แลนด์ ศูนย์ฟิวเจอร์พาร์ค รังสิต ศูนย์ซีคอนสแควร์ และศูนย์เดอะมอลล์ บางแค

1.5 เพื่อเป็นแนวทางการจัดตั้งและการดำเนินงานศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE เพื่อเป็นมาตรฐานเดียวกันสำหรับผู้ประสานงาน อาสาสมัครแกนนำประจำศูนย์ฯ รวมทั้งผู้สนใจทั่วไป

2. ขอบเขต

คู่มือการปฏิบัติงาน “กระบวนการส่งเสริมป้องกันปัญหาสุขภาพจิต” ฉบับนี้ ครอบคลุมเนื้อหากระบวนการดำเนินงานศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ในห้างสรรพสินค้ากรุงเทพมหานคร 4 แห่ง ได้แก่ ศูนย์แพชชั่นไอส์แลนด์ ศูนย์ฟิวเจอร์พาร์ค รังสิต ศูนย์ซีคอนสแควร์ และศูนย์เดอะมอลล์ บางแค ทั้งกระบวนการตั้งแต่เริ่มต้นจนจบกระบวนการ ซึ่งเกี่ยวข้องกับบุคคล และองค์กรต่างๆ ดังนี้

2.1 อาสาสมัครแกนนำประจำศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE

2.2 วิทยากรและเยาวชนสมาชิก TO BE NUMBER ONE ที่มาใช้บริการในศูนย์ฯ

3. คำจำกัดความ

- 3.1 โครงการ TO BE NUMBER ONE หมายถึงโครงการรณรงค์ป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในทุกระดับของมหาดไทยและกรุงเทพมหานคร สิริวัฒนาพรรณวดี
- 3.2 ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ในห้างสรรพสินค้า หมายถึง สถานที่ที่จัดขึ้นในห้างสรรพสินค้าในกรุงเทพมหานคร 4 แห่ง ได้แก่ ศูนย์แฟชั่นไอส์แลนด์ ศูนย์ฟิวเจอร์พาร์ค รังสิต ศูนย์ซีคอนสแควร์ และศูนย์เดอะมอลล์ บางแค เพื่อช่วยเหลือวัยรุ่นและเยาวชนที่มีปัญหาต่างๆ ในรูปแบบ “เพื่อนช่วยเพื่อน” โดยการพบปะพูดคุย ปรึกษาหารือ ระหว่างวัยรุ่นและเยาวชนและอาสาสมัครแกนนำที่เป็นวัยรุ่นและเยาวชนด้วยกัน มีการฝึกกิจกรรมแก้ปัญหาพัฒนา EQ และกิจกรรมเสริมทักษะต่าง ๆ โดยผู้ที่มีความรู้ความสามารถ ประกอบด้วย การให้บริการ 3 กิจกรรม ได้แก่-
- บริการให้คำปรึกษา โดยการพูดคุยปรึกษาปัญหาระหว่างผู้ใช้บริการและผู้ให้บริการ ซึ่งเป็นผู้ที่ผู้ใช้บริการมีความไว้วางใจ มีความรู้และทักษะด้านการให้คำปรึกษาเบื้องต้น ประกอบด้วย การให้คำปรึกษาเป็นรายบุคคล รายกลุ่ม และทางโทรศัพท์
 - บริการฝึกคิดแก้ปัญหาพัฒนา EQ เป็นกิจกรรมที่ทำให้ผู้ใช้บริการได้รู้จักตนเอง เรียนรู้ผู้อื่น และปรับตัวปรับใจได้เมื่อต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ โดยศึกษาและประเมินตนเองจากโปรแกรมคอมพิวเตอร์ หรือจากการร่วมกิจกรรมกลุ่ม
 - บริการจัดกิจกรรมเสริมทักษะเชิงสร้างสรรค์เพื่อสร้างสุข แนะนำและฝึกสอนกิจกรรมต่างๆ ตามความสนใจของผู้ใช้บริการ จากอาสาสมัครหรือวิทยากรที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน เช่น ดนตรี กีฬา ศิลปะ ฯลฯ
- 3.3 วัตถุประสงค์การดำเนินงานศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE คือ มุ่งเน้นการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด โดยการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจ ตอบสนองความต้องการของวัยรุ่นในรูปแบบใหม่ที่เข้าถึงจิตวิทยาวัยรุ่น เป็นบริการเชิงรุกที่เข้าถึงกลุ่มเป้าหมาย โดยให้วัยรุ่นและเยาวชนเข้ามารวมตัวกันดำเนินกิจกรรมที่สร้างสรรค์ ส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ตอบสนองความต้องการสิ่งพึงพาทางจิตใจ เป็นสถานที่ที่เหมาะสมในการทำกิจกรรมที่สนใจร่วมกันของเด็กและเยาวชนโดยได้รับการยอมรับจากทุกฝ่าย สร้างเสริมประสบการณ์เพิ่มพูนทักษะจากการฝึกแก้ปัญหาและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)
- 3.4 กรอบแนวคิดในการดำเนินงานศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE คือ “ปรับทุกข์ สร้างสุข แก้ปัญหา พัฒนา EQ”
- 3.5 ผู้ให้บริการภายในศูนย์ฯ เรียกว่า “อาสาสมัครแกนนำ” ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE
- 3.6 ผู้รับบริการหมายถึง วัยรุ่นและเยาวชนอายุ 6-24 ปี ที่มาใช้บริการศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE

4. หน้าที่ความรับผิดชอบ

กรมสุขภาพจิต โดย สำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE

- สนับสนุนสื่อ สัญลักษณ์ต่างๆ ของโครงการ
- จัดอบรมให้กับอาสาสมัครแกนนำที่ปฏิบัติหน้าที่ ในหลักสูตรการดำเนินงานศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE
- ให้ความรู้แก่อาสาสมัครแกนนำอย่างต่อเนื่อง
- ร่วมกับอาสาสมัครแกนนำในการวิเคราะห์ ศึกษาวัยรุ่นและเยาวชนที่เข้ามาใช้บริการโดยค้นหา ปัญหาโยงใยปัญหา และจัดลำดับความสำคัญปัญหา
- เป็นพี่เลี้ยงแก่อาสาสมัครแกนนำ
- ร่วมจัดทำแผน วางแผนในการจัดทำกิจกรรม แผนงาน ร่วมกับอาสาสมัครแกนนำ
- สนับสนุนองค์ความรู้ที่จำเป็นแก่อาสาสมัครแกนนำ
- สนับสนุนการจัดกิจกรรมของอาสาสมัครแกนนำ
- สนับสนุนงบประมาณในการดำเนินงาน

อาสาสมัครแกนนำประจำศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE คือผู้ให้บริการที่สามารถให้บริการ การให้คำปรึกษา การจัดกิจกรรมกลุ่มเพื่อให้เยาวชนได้ฝึกคิดแก้ปัญหาพัฒนา EQ สามารถจัดกิจกรรมที่ สร้างสรรค์และการบริหารจัดการด้านอื่นๆ ภายในศูนย์ฯ

คุณสมบัติผู้ให้บริการศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE

- เป็นสมาชิก TO BE NUMBER ONE
- มีความสมัครใจที่จะทำงานเพื่อส่วนรวม
- มีภาวะความเป็นผู้นำ
- รักในการทำงานเป็นทีม มีทักษะในการทำงานเป็นทีม
- เป็นที่ยอมรับและไว้วางใจของเพื่อนๆ และอาจารย์ที่ปรึกษา
- อุดหนุน ปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้
- มีมนุษยสัมพันธ์ดี
- มีความคิดสร้างสรรค์ ช่างสังเกต รู้จักการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า และมีความยืดหยุ่น
- รักในการทำกิจกรรมและงานบริการ

บทบาทผู้ให้บริการศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE

- เป็นที่พึ่งพาทางใจ ให้บริการให้คำปรึกษาเบื้องต้นได้
- คอยให้กำลังใจ ช่วยเหลือเพื่อน
- สนับสนุนให้เพื่อนได้รับการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)
- สนับสนุนให้เพื่อนได้เรียนรู้ด้วยตนเอง
- จัดกิจกรรมสร้างสรรค์ต่างๆ ที่เพื่อนสนใจ

- การดูแลและประสานงานกับวิทยากร
- ประชาสัมพันธ์ข้อมูลและกิจกรรมให้วัยรุ่นและเยาวชน และผู้ที่สนใจทราบ
- สร้างบรรยากาศ ภายในศูนย์ฯ ให้เป็นมิตรและอบอุ่น

โดยแบ่งหน้าที่ของผู้ให้บริการเป็นผู้จัดการศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE และอาสาสมัครแกนนำ

ตำแหน่ง “ผู้จัดการศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE” คัดเลือกมาจากอาสาสมัครประจำศูนย์ฯ ๑ คน โดยมีหน้าที่ ดังนี้

หน้าที่ด้านการบริหาร

- จัดทำแผนการดำเนินงานภายในศูนย์ฯ เช่น ตารางการให้บริการ ตารางปฏิบัติงานของอาสาสมัคร
- มอบหมายงานแก่บุคลากรในทีม พร้อมลงบันทึกไว้เป็นลายลักษณ์อักษร
- จัดวางจุดบริการภายในศูนย์ให้เหมาะสม สะดวกในการให้บริการ และมีบรรยากาศผ่อนคลาย
- จัดตกแต่ง ปรับปรุงสถานที่ ให้เป็นที่ดึงดูดเยาวชนให้มาใช้บริการอย่างสม่ำเสมอ
- จัดทำทะเบียนวัสดุ ครุภัณฑ์ต่างๆ ภายในศูนย์ให้สะดวกในการตรวจสอบอยู่เสมอ
- ตรวจสอบวัสดุ ครุภัณฑ์ให้อยู่ในสภาพที่พร้อมในการใช้งานตลอดเวลา และเสนอซ่อมแซมเมื่อพบว่ามีชำรุดเสียหาย
- จัดประชุมคณะทำงานอย่างสม่ำเสมอ

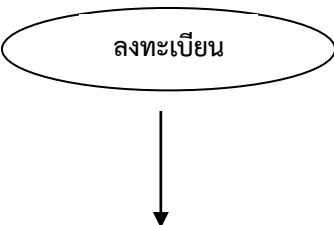
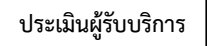
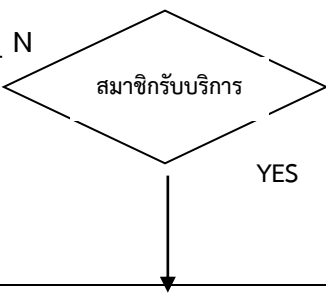
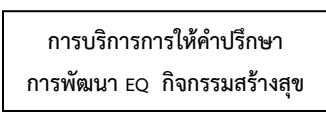

หน้าที่ด้านการบริการ

- ให้บริการในจุดบริการต่างๆ ที่กำหนดในแผนปฏิบัติการ
- บันทึกข้อมูลการดำเนินงานทั้งเชิงปริมาณและคุณภาพตามแบบฟอร์มที่กำหนด
- ประสานงานเพื่อส่งต่อในกรณีสมาชิกที่มีใช้บริการมีปัญหารุนแรง เกินความสามารถที่อาสาสมัครจะช่วยเหลือได้
- จัดกิจกรรมให้กับสมาชิก






ตำแหน่ง “อาสาสมัครแกนนำประจำศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE” มีหน้าที่ความรับผิดชอบ ดังนี้

- ปฏิบัติงานในจุดบริการต่างๆ ตามแผนการทำงานแต่ละวัน
- สรุปลงบันทึกข้อมูลการให้บริการ
- ดูแลสมาชิกให้ได้ประโยชน์สูงสุด
- ประชาสัมพันธ์กิจกรรมของศูนย์ฯ
- งานอื่นๆ ที่ได้รับมอบหมาย

5. Work Flow กระบวนการ

ขั้นตอนการทำงาน (Work Flow)	ผังงาน (Flow Chart)	ระยะเวลา	ผู้รับผิดชอบ* (ตำแหน่ง/กลุ่ม/ฝ่าย)
<u>ขั้นตอนที่ 1</u> การสมัครสมาชิก และลงทะเบียน			อาสาสมัครแกนนำ ประจำศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE
<u>ขั้นตอนที่ 2</u> อาสาสมัครแกนนำ ฯ ประเมินผู้รับบริการ			อาสาสมัครแกนนำ ประจำศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE
<u>ขั้นตอนที่ 3</u> สมาชิกรับบริการ (ตามความประสงค์สมาชิก ตามดุลยพินิจของผู้ประเมิน)			อาสาสมัครแกนนำ ประจำศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE
<u>ขั้นตอนที่ 4</u> การให้บริการ การให้คำปรึกษา การพัฒนา EQ และกิจกรรมสร้างสุข			อาสาสมัครแกนนำ ประจำศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE
<u>ขั้นตอนที่ 5</u> บันทึกและสรุปรายงาน			อาสาสมัครแกนนำ ประจำศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE

(ความหมายสัญลักษณ์ “ไม่ต้องแสดงในคู่มือ”)

-  จุดเริ่มต้นและสิ้นสุดของกระบวนการ
-  กิจกรรมและการปฏิบัติงาน
-  การตัดสินใจ เช่น การตรวจสอบ การอนุมัติ
-  แสดงถึงทิศทาง หรือการเคลื่อนไหวของงาน
-  จุดเชื่อมต่อระหว่างขั้นตอน เช่น กรณีการเขียนกระบวนการไม่สามารถจบได้ภายใน 1 หน้า)

* ผู้รับผิดชอบ ระบุตำแหน่ง (เช่น ผู้อำนวยการ, นักวิเคราะห์นโยบายและแผน เป็นต้น) หรือ กลุ่ม/ฝ่าย

6. ขั้นตอนการปฏิบัติงาน

ขั้นตอนที่ 1 การสมัครสมาชิกและลงทะเบียน

ศูนย์เพื่อน TO BE NUMBER ONE เปิดบริการทุกวันจันทร์ถึงอาทิตย์ ตั้งแต่เวลา 10.30-19.30 น. ผู้รับบริการลงทะเบียนได้ด้วยตนเอง ณ จุดลงทะเบียน โดยต้องสมัครเป็นสมาชิกศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE และลงทะเบียนตามแบบฟอร์มที่ศูนย์ฯ กำหนด เช่น ชื่อ - สกุล เพศ อายุ ระดับการศึกษา เบอร์โทรศัพท์ที่ติดต่อได้ เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 2 การประเมินผู้รับบริการ (เบื้องต้น)

หลังจากลงทะเบียนแล้ว อาสาสมัครจะประเมินสมาชิกที่มารับบริการ โดยการสังเกตสีหน้า ท่าทาง คำพูด น้ำเสียง พฤติกรรมต่างๆ ที่แสดงออก โดยการพูดคุย หรือสอบถามผู้มารับบริการ จากนั้นแนะนำบริการ และให้บริการตามความประสงค์ของผู้รับบริการ หรือบริการอื่นๆ ที่อาสาสมัครคิดว่าเหมาะสม

การประเมินผู้รับบริการ สามารถกระทำได้ทุกขั้นตอนขณะร่วมกิจกรรม ไม่เฉพาะที่ขั้นตอนใดขั้นตอนหนึ่งเท่านั้น เนื่องจากผู้มารับบริการส่วนใหญ่จะเข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรก ด้วยกิจกรรมเสริมทักษะเชิงสร้างสรรค์ แต่เมื่ออาสาสมัครสังเกตได้ถึงสิ่งที่ผู้รับบริการควรจะได้รับ ก็สามารถแนะนำบริการอื่นๆ เพิ่มเติมได้ หรือผู้รับบริการใช้บริการในกิจกรรมต่างๆ ไปในระดับหนึ่งแล้ว พบว่าตนเองสนใจร่วมในกิจกรรมอื่นด้วยก็สามารถขอรับบริการได้

ขั้นตอนที่ 3 การให้บริการในจุดบริการต่างๆ ตามความประสงค์ของผู้รับบริการ หรือตามแผนบริการที่กำหนด ดังนี้

3.1 การให้บริการให้คำปรึกษา (Counseling) มีบริการใน 2 ลักษณะ

- บริการปรึกษาเป็นรายบุคคล หรือรายกลุ่ม (Walk in) ที่ผู้รับบริการเต็มใจมาพบผู้ให้คำปรึกษา เพื่อขอรับคำปรึกษาด้วยตนเอง
- บริการปรึกษาทางโทรศัพท์ (Phone in) จะเป็นบริการสำหรับสมาชิกที่ยังไม่สะดวกที่จะปรึกษาโดยตรงกับอาสาสมัครที่เป็นผู้ให้คำปรึกษา

เนื่องจากการให้บริการให้คำปรึกษา ถือได้ว่าเป็นกิจกรรมสำคัญของการดำเนินงานในศูนย์ฯ ผู้รับผิดชอบดำเนินงานจึงควรเปิดให้บริการตลอดเวลาที่ศูนย์ฯ เปิด เพื่อให้บริการปรึกษาแก่สมาชิกที่ต้องการความช่วยเหลือ ซึ่งจะเป็นในลักษณะการให้บริการปรึกษาแบบตัวต่อตัว แบบกลุ่ม หรือหากสมาชิกยังไม่พร้อมที่จะพูดคุยด้วยตนเอง กับผู้ให้บริการปรึกษา ก็สามารถใช้โทรศัพท์โทรมาขอรับคำปรึกษา หรือเขียนคำถามผ่านกล่องรับคำถาม และ/หรือ Web board ได้ ซึ่งอาจจะสามารถช่วยแก้ปัญหาได้ในเบื้องต้น กรณีพบสมาชิกที่มีปัญหาเกินความสามารถ หรือมีลักษณะเฉพาะที่จำเป็นต้องรับบริการในระบบอย่างต่อเนื่องให้ส่งต่อ (Refer) ถึงสำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE หรือสถานบริการสาธารณสุขในพื้นที่

ตัวอย่างบริการให้คำปรึกษา

- บริการปรึกษาเป็นรายบุคคล / รายกลุ่ม
- แลกเปลี่ยนความคิดเห็น / แก้ปัญหาร่วมกัน
- บริการปรึกษาทางโทรศัพท์ (Phone in)
- Hot line สายด่วน
- Web board / Facebook / Post กระทู้ทาง Internet
- เขียนจดหมายใส่กล่อง (Q&A Technique) / ผู้รับคำปรึกษา

3.2 การให้บริการฝึกคิดแก้ปัญหา พัฒนา EQ ควรมีการกำหนดเวลาบริการไม่ให้ทับซ้อนกับการจัดบริการเสริมทักษะเชิงสร้างสรรค์เพื่อสร้างสุข มีบริการใน 2 ลักษณะ คือ

- การเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self Study) การศึกษา / ประเมินตนเอง จากแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) หรือจากโปรแกรมการประเมินตนเองสำเร็จรูปในคอมพิวเตอร์ คู่มือ / สื่อ การเรียนรู้ด้วยตนเอง เช่น คู่มือเพื่อนช่วยเพื่อน สอนวัยรุ่นไม่วุ่นอย่างที่คิด สะท้อนภาพใสสะท้อนใจวัยทีน สานสายใยหัวใจรัก เคล็ดไม่ลับการออกเดท วัยใสเข้าใจรัก 100 Question & Answers เรื่องเพศลึวนๆ Happy Happy กิจกรรมสร้างสุข ฟังเพื่อนพูด ดิถยาดกเทรนต์ เป็นต้น
- การเรียนรู้ด้วยกิจกรรมกลุ่ม (Group Activities) หากผู้มารับบริการยังไม่สามารถค้นพบตัวเอง จากกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตนเอง หรือค้นพบแนวทางแก้ไขปัญหาสำหรับตนเอง ในระดับที่พึงพอใจแล้ว สามารถเปลี่ยนไปเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มเพื่อฝึกคิดแก้ปัญหา พัฒนา EQ หรือ กิจกรรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิต ซึ่งดำเนินการโดยอาสาสมัคร ในรูปแบบกระบวนการกลุ่ม (Group Process) โดยมีคู่มือ / สื่อ ดังนี้ คู่มือการจัดกิจกรรม “ฝึกคิดแก้ปัญหาพัฒนา EQ” สำหรับอาสาสมัคร/แกนนำ ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE คู่มือจัดกิจกรรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิต “ต้องทำ” คู่มือจัดกิจกรรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิต “ควรทำ” คู่มือจัดกิจกรรมเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิต “น่าทำ” คู่มือการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะของเยาวชน เรื่อง “การเตรียมตัวเข้าสู่ประชาคมอาเซียน” สำหรับอาสาสมัคร/แกนนำ ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE คู่มือการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะของเยาวชน เรื่อง “การป้องกันและแก้ไขปัญหารื่องเพศ และการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร” สำหรับอาสาสมัคร /แกนนำ ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE

3.3 การให้บริการกิจกรรมเสริมทักษะเชิงสร้างสรรค์สร้างสุข หรือ “กิจกรรมสร้างสุข” เป็นกิจกรรมตามความสนใจ ความชอบ ความใฝ่ฝันของวัยรุ่น และเยาวชน ที่เมื่อร่วมกิจกรรมแล้ว จะช่วยเสริมสร้างศักยภาพในตัวเอง หรือพัฒนาความสามารถ ด้านนั้นๆที่มีอยู่แล้วโดยอาสาสมัครดำเนินการสำรวจความต้องการ / ความสนใจของสมาชิก เพื่อนำมาจัดบริการสร้างสุขขึ้นภายในศูนย์ฯ อาทิ กิจกรรมทางด้านดนตรี กีฬา ศิลปะ พัฒนาบุคลิกภาพ เกมเชาวน์ปัญญา กิจกรรมพัฒนาด้านภาษา อาชีพ เป็นต้น กิจกรรมใดที่สมาชิกต้องการเพิ่มหรือ

เปลี่ยนแปลง ก็ให้ดำเนินการปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสม วิทยากรที่ให้ความรู้อาจเป็นสมาชิกชมรม TO BE NUMBER ONEที่มีความสามารถ ในแต่ละด้านและเป็นที่ยอมรับ หรือร่วมด้วยวิทยากรภายนอกที่เป็น Idol ของสมาชิก เช่น ศิลปิน ดารา นักร้อง นักแสดง นักเต้น นักเขียน นักแต่งเพลง พิธีกร นายแบบนางแบบ DJ VJ รุ่นพี่ที่มีความสามารถ บุคคลที่มีชื่อเสียงในท้องถิ่น เป็นต้น โดยอาสาสมัคร ควรจัดทำตารางบริการไว้ตลอดเดือน เพื่อให้สมาชิกที่สนใจสามารถมาลงทะเบียนร่วมกิจกรรมไว้ได้ล่วงหน้า

ในวันจันทร์ - ศุกร์ ช่วงเวลาที่เปิดให้บริการได้แก่ เวลา 16.30 - 19.30 น. โดยมีวิชาเรียน 2 วิชา โดยแบ่งเวลาเรียนวิชาละ 1.30 ชั่วโมง

สำหรับการให้บริการในวันเสาร์ - อาทิตย์ เริ่มให้บริการตั้งแต่เวลา 12.00 - 19.30 น. โดยมีวิชาเรียน 5 วิชา โดยแบ่งเวลาเรียนวิชาละ 1.30 ชั่วโมง

ขั้นตอนที่ 4 การบันทึกข้อมูลและรายงานผล

การบันทึกข้อมูล บันทึกข้อมูลทุกครั้งภายหลังการให้บริการ โดยบันทึกตามแบบฟอร์มที่กำหนด

การรายงานผลการดำเนินงาน อาสาสมัครจัดทำสรุปรายงานประจำเดือน เพื่อเสนอสำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE เพื่อเป็นผลงานของศูนย์ฯ

7. ข้อกำหนดการให้บริการ

ข้อกำหนดในการใช้บริการศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE

- รับสมาชิกอายุ 8 - 24 ปี
- เปิดให้บริการทุกวัน เวลา 10.30 - 19.30 น.
- ลงทะเบียนการเข้าร่วมกิจกรรมก่อนใช้บริการทุกครั้ง
- ห้ามมาสายเกิน 15 นาที
- แต่งกายสุภาพและเหมาะสมกับกิจกรรมที่เข้าร่วม
- ประพฤติตนเหมาะสม
- การขอใช้สถานที่ อนุญาตเฉพาะเพื่อการฝึกซ้อมของกลุ่มสมาชิกที่ลงทะเบียนเรียนกิจกรรมเท่านั้น
- การนำอุปกรณ์ไปใช้ต้องขออนุญาตก่อน
- ห้ามนำวัสดุอุปกรณ์ออกนอกศูนย์ ฯ
- เตรียมอุปกรณ์ที่จำเป็นในการเรียนมาด้วย เช่น เรียนตีกลอง – ไม้กลอง แป้นยางรองตีเรียน กีตาร์ – กีตาร์เรียน วาดรูป – ดินสอ ดินสอสี ยางลบ อุปกรณ์วาดเขียน
- ห้ามนำอาหาร เครื่องดื่ม สิ่งเสพติด เข้ามาภายในศูนย์ ฯ
- ไม่ส่งเสียงดังหรือกระทำการใด ๆ อันเป็นการรบกวนขณะมีกิจกรรม
- ห้ามแอบอ้างชื่อศูนย์ ฯ ไปใช้ในทางที่ไม่ชอบ
- ใช้ Computer สำหรับศึกษาหาความรู้เท่านั้น

- ช่วยกันดูแลรักษาความสะอาด และวัสดุอุปกรณ์ภายในศูนย์ ฯ
- นำสิ่งของมีค่าติดตัว หากเกิดการสูญหาย ทางศูนย์ ฯ จะไม่รับผิดชอบใด ๆ ทั้งสิ้น

7.1 เอกสาร/หลักฐานที่ผู้รับบริการต้องใช้ในการขอรับบริการ

รูปถ่ายขนาด 1 นิ้ว จำนวน 1 รูป

สำเนาบัตรประจำตัวประชาชน หรือสำเนาทะเบียนบ้าน จำนวน 1 ชุด

7.2 ค่าธรรมเนียม

-

8. ตัวชี้วัดควบคุมคุณภาพของกระบวนการ

- 1) ความถูกต้องครบถ้วนของข้อมูล/ เอกสารคำชี้แจงฯ/ ความเห็นหน่วยงานกลาง
- 2) ความชัดเจนของขั้นตอน/ กิจกรรมภายใต้กระบวนการที่ดำเนินการ
- 3) การปฏิบัติงานมีการดำเนินการอย่างต่อเนื่องเป็นระบบและมีมาตรฐานชัดเจน
- 4) ข้อมูลเป็นปัจจุบันและปฏิบัติได้
- 5) ปฏิบัติงานได้อย่างรวดเร็วและต่อเนื่องดำเนินการแล้วเสร็จตามระยะเวลาที่กำหนด

9. ระบบติดตามประเมินผล

อาสาสมัครแกนนำศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE มีความเข้าใจต่อคู่มือการปฏิบัติงานศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ในห้างสรรพสินค้า ในทุกขั้นตอน โดยกำหนดให้เจ้าหน้าที่สำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE เป็นผู้ตรวจสอบการปฏิบัติงานของอาสาสมัครแกนนำศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ปีละ ๑ ครั้ง ในช่วงเดือนสิงหาคม

10. เอกสารอ้างอิง

-

11. แบบฟอร์มที่ใช้

- ใบสมัครสมาชิกศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE
- แบบรายงานการปฏิบัติงาน
- แบบฟอร์มสรุปรายงานผลการดำเนินงานของศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE
- ใบลงทะเบียนวิทยากร
- ใบลงทะเบียนการเข้าร่วมกิจกรรมสร้างสุขของสมาชิก
- ตารางกิจกรรมประจำเดือน

12. ช่องทางรับฟังข้อเสนอแนะ/ข้อร้องเรียนต่อการให้บริการ

- สำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE กรมสุขภาพจิต
โทร. 02-5908567 , 02-5908187, 02-5908256
www.tobenumber1.net
E-mail : social_dmh@hotmail.com
- ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE แฟชั่นไอส์แลนด์โทร. 02-9475819
- ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ซีคอนสแควร์โทร. 02-7202187
- ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE พิวเจอร์พาร์ค รังสิตโทร. 02-9585395
- ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE เดอะมอลล์ บางแคโทร. 02-4545105

ภาคผนวก

พระดำรัสทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญา สิริวัฒนาพรรณวดี
เกี่ยวกับศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE

.....

“ เมื่อเปิดศูนย์แล้วอยากให้นักเรียนเป็นผู้ดำเนินกิจกรรม
นักเรียนช่วยกันทำอย่างจริงจัง และ อย่างต่อเนื่อง อย่าหยุด
เพราะอยากให้ศูนย์นี้เป็นศูนย์สำหรับทำกิจกรรมของทุกคน
อยากคุยอยากปรึกษาเพื่อนก็มา
อยากเรียน อยากรู้ อยากพัฒนาEQ โดยการทำกิจกรรมร่วมกันก็มา
อยากสนุกสุขใจ ร้องเล่นเต้นรำก็มา
ขอให้มีรูปแบบเป็นศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่นที่แท้จริง
ส่วนอาจารย์ก็เป็นที่ปรึกษาคอยสนับสนุนให้คำแนะนำ
ทั้งนี้การดูแลเด็กและเยาวชนไทยให้ห่างไกลยาเสพติด ในปัจจุบัน
คงไม่ใช่อะไรที่บอกว่ายาเสพติดไม่ดีแล้วเด็กจะไม่เข้าไปเกี่ยวข้อง
แต่ต้องอาศัยกลยุทธ์เพื่อดึงเด็กออกมา
พร้อมกับสร้างภูมิคุ้มกันทางด้านจิตใจให้กับพวกเขา ”

(พระดำรัสในวโรกาสเสด็จเยี่ยมการดำเนินโครงการ TO BE NUMBER ONE ณ โรงเรียนสวรรคค่อนันต์วิทยา
อำเภอสวรรคโลกจังหวัดสุโขทัย ในวันที่ 23 ธันวาคม 2547)

ใบสมัครสมาชิกศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE

- เขียน ณ ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE แฟชั่นไอส์แลนด์
 ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ซีคอนสแควร์
 ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE ฟิวเจอร์พาร์ค รังสิต
 ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE เดอะมอลล์ บางแค

สมัครวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

เคยสมัครเป็นสมาชิกโครงการ TO BE NUMBER ONE เคย ไม่เคย

ชื่อ.....นามสกุล.....ชื่อเล่น.....

เพศ.....อายุ.....ว/ด/ป เกิด.....เบอร์โทรศัพท์.....

ศาสนา พุทธ คริสต์ อิสลาม อื่น เลขที่บัตรประจำตัวประชาชน.....

ที่อยู่ บ้านเลขที่.....ตำบล/แขวง.....อำเภอ/เขต.....

จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....E-MAIL:.....

ระดับการศึกษา ประถมศึกษา มัธยมศึกษา อาชีวศึกษา/อนุปริญญา

ปริญญาตรีขึ้นไป ทำงาน ไม่ได้ศึกษา

โรงเรียน/สถาบัน.....ที่ตั้ง (จังหวัด).....

>>> เพื่อใช้ในการตอบรับการเป็นสมาชิกโครงการ TO BE NUMBER ONE FRIEND CORNER <<<

USERNAME:(ใช้ตัวอักษรภาษาอังกฤษหรือตัวเลข6-15 ตัว >>>เท่านั้น<<<)

PASSWORD:(ใช้ตัวเลข 4 หลัก >>>เท่านั้น<<<)

ข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงพัฒนา.....

วิชาที่ 2 ชื่อกิจกรรม.....จำนวนผู้ให้บริการคน

ชื่อ-สกุลวิทยากร.....

ชื่อ-สกุลวิทยากร (กรณีมาแทน).....

เวลาที่กำหนด น. เวลาในการสอนจริง..... น.

หัวข้อ / เนื้อหาการสอน.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

การประเมินผล

ความตั้งใจของวิทยากร ตั้งใจมาก ปานกลาง ตั้งใจน้อย

วิธีการสอนของวิทยากร น่าสนใจมาก ปานกลาง น่าสนใจน้อย

วัสดุ/อุปกรณ์ ครบถ้วน ไม่ครบถ้วน วิชานี้ไม่มีอุปกรณ์เพิ่ม

ความพึงพอใจของผู้มาใช้บริการ พอใจมาก ปานกลาง น้อย

ความพึงพอใจของผู้ปกครอง พอใจมาก ปานกลาง น้อย

ข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงพัฒนา.....

2.2 กิจกรรมพัฒนาEQ

การพัฒนา EQ ด้วยตนเอง

- ประเมิน EQ ด้วยตนเอง โดยแบบประเมิน / Computer คน
- รับแนะนำเรื่องการพัฒนา EQ จากอาสาสมัคร คน
- ศึกษา ค้นคว้าเรื่องการพัฒนา EQ จาก สื่อ/คู่มือ/เอกสาร/Internet คน
- จำนวนผู้ให้บริการรวมทั้งสิ้น คน

2.3 อื่นๆ เช่น การขอใช้พื้นที่ซ้อมเต้น / ใช้ Computer ฯลฯ คน

4. กิจกรรมพิเศษ / ข้อมูลเพิ่มเติม (เช่น มีการมาศึกษาดูงานที่ศูนย์ฯ / กิจกรรมวันสำคัญต่างๆ ฯลฯ)

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

ลงชื่อ.....
(.....)

ผู้บันทึกรายงาน

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.

แบบฟอร์มสรุปรายงานผลการดำเนินงานของศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE

ประจำเดือน.....พ.ศ.....

- ๑) ผู้มารับบริการทั้งหมด จำนวน.....ราย
- ๒) กิจกรรมให้คำปรึกษา
- ๒.๑) การให้บริการ
- รับคำปรึกษาด้วยตนเอง จำนวน.....ราย
 - ปรึกษาทางโทรศัพท์ จำนวน.....ราย
 - อื่น ๆ ได้แก่..... จำนวน.....ราย
- รวม.....ราย
- ๒.๒) การส่งต่อผู้มารับบริการปรึกษา
- ครูที่ปรึกษา/ครูแนะแนว จำนวน.....ราย
 - สถานบริการสาธารณสุข จำนวน.....ราย
 - อื่นๆ ได้แก่..... จำนวน.....ราย
- รวม.....ราย
- ๒.๓) ปัญหาที่พบ (ผู้มาใช้บริการ ๑ ราย อาจมีปัญหามากกว่า ๑ เรื่อง)
- ความรัก จำนวน.....ราย
 - เพื่อน จำนวน.....ราย
 - การเรียน จำนวน.....ราย
 - ครอบครัว จำนวน.....ราย
 - บุคลิกภาพ จำนวน.....ราย
 - สุขภาพ จำนวน.....ราย
 - อื่นๆ ได้แก่..... จำนวน.....ราย
- รวม.....ราย
- ๓) กิจกรรมฝึกคิดแก้ปัญหา พัฒนา EQ
- ๓.๑) กิจกรรมกลุ่มพัฒนา EQ จำนวน.....ราย
- ๓.๒) การเรียนรู้ด้วยตนเอง จำนวน.....ราย
- รวม.....ราย
- ๔) กิจกรรมเสริมทักษะเชิงสร้างสรรค์เพื่อสร้างสุข
- ดนตรี จำนวน.....ราย
 - กีฬา จำนวน.....ราย
 - ศิลปะ จำนวน.....ราย
 - เต้น จำนวน.....ราย
 - งานประดิษฐ์ จำนวน.....ราย
 - อื่นๆ ได้แก่..... จำนวน.....ราย
- รวม.....ราย

ใบลงทะเบียนวิทยากร ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONEสาขา

ประจำเดือนพ.ศ.

วันที่	วิทยากร	วิชาที่สอน	ลายเซ็น	วิทยากรที่มาแทน	วิชาที่สอน	ลายเซ็น
1	คุณชนัดดา ธนภักษ์ชัย (ครูถา)	เทควันโด				
	คุณมนัสสวีกฤตตานุกุล (ครูหลิว)	DANCE				
2	คุณสิริพงศ์ อินทนนท์ (ครูเอียด)	กีตาร์				
	คุณศรัทธาคุณ ฉิ่งทอง (ครูฉิ่ง)	DANCE				
3	คุณณรงค์ จรุงธรรมโชติ (ครูชวด)	วาดการ์ตูน				
	คุณชานนท์ ทองภูธร(ครูอาร์ท)	COVER				
4	คุณสวโรจน์ ชัยนาม (ครูแพทริค)	ภาษาอังกฤษ				
	คุณเกศริน เอกธวัชกุล (ครูนุ้ย)	DANCE				
5	คุณอารดา ประภวานนท์(ครูโบ)	ภาษาเกาหลี				
	คุณสุรเกตุ พงศ์สถาพร (ครูออย)	กลองชุด				
	วิทยากรจากกรมสุขภาพจิต	EQ กลุ่ม				
	คุณนุจรี สีมานนท์ (ครูนุช)	การแสดง				
6	คุณโชติกา อรรถคุณธนา (ครูตุ๋)	ร้องเพลง				
	คุณวิจิตรา แสงใส(ครูปู)	ร้องเพลง				
	คุณมาติณณ์ ทรัพย์พุทธิวิงษ์ (ครูจ๊อบ)	Street Latin				
	วิทยากรจากกรมสุขภาพจิต	EQ กลุ่ม				
7	คุณอัศกร ศิริสุจริตธรรม (ครูอาร์ท)	COVER				
	คุณชลธาร หมอนสวัสดิ์(ครูก๊ก)	BBOY				
	คุณเทวิชเต้พันธ์(ครูเต้)	พิธีกร				
8	คุณนาถิณศิริวัฒนกุล(ครูพี)	ร้องเพลง				
	คุณชนัดดา ธนภักษ์ชัย (ครูถา)	เทควันโด				

ใบลงทะเบียนวิทยากร ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONEสาขา

ประจำเดือนพ.ศ.

วันที่	วิทยากร	วิชาที่สอน	ลายเซ็น	วิทยากรที่มาแทน	วิชาที่สอน	ลายเซ็น
	คุณมนัสสวีกฤตตานุกุล (ครูทลิว)	DANCE				
9	คุณธงชัย ธงเงิน(ครูโจ)	คีย์บอร์ด				
	คุณศรัระคุณ ฉิ่งทอง (ครูฉิ่ง)	DANCE				
10	คุณปิติวรรณ โพธิ์เงิน(ครูเจี๊ยบ)	ประดิษฐ์				
	คุณชานนท์ ทองภูธร(ครูอาร์ท)	COVER				
11	คุณสวโรจน์ ชัยนาม (ครูแพทริค)	ภาษาอังกฤษ				
	คุณสุรัส จีรังกุลฤทธิ (ครูอ้อฟ)	DANCE				
12	คุณอารดา ประภวานนท์ (ครูโบ)	ภาษาเกาหลี				
	คุณสุรเกตุ พงศ์สถาพร (ครูออย)	กลองชุด				
	วิทยากรจากกรมสุขภาพจิต	EQ กลุ่ม				
	คุณนุจรี สีมานนท์ (ครูนุช)	การแสดง				
	คุณโชติกา อรรถคุณธนา(ครูตุ๋)	ร้องเพลง				
13	คุณวิจิตรา แสงใส (ครูปู)	ร้องเพลง				
	คุณมาติณณ์ ทรัพย์พุทธิวิงษ์ (ครูจ๊อบ)	Street Latin				
	วิทยากรจากกรมสุขภาพจิต	EQ กลุ่ม				
	คุณอัศกร ศิริสุขจิตธรรม (ครูอาร์ท)	COVER				
	คุณชลธาร หมอนสวัสดิ์(ครูก๊ก)	BBOY				
14	คุณเทวีชเต้พันธ์ (ครูเต้)	พิธีกร				
	คุณนาถิณศิริวัฒนกุล(ครูพี)	ร้องเพลง				
15	คุณชนัดดา ธนภักษ์ชัย (ครูดา)	เทควันโด				
	คุณมนัสสวีกฤตตานุกุล(ครูทลิว)	DANCE				

ใบลงทะเบียนวิทยากร ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONEสาขา

ประจำเดือนพ.ศ.

วันที่	วิทยากร	วิชาที่สอน	ลายเซ็น	วิทยากรที่มาแทน	วิชาที่สอน	ลายเซ็น
16	คุณสิริพงศ์ อินทนนท์ (ครูเอียด)	กีตาร์				
	คุณศรียระคุณ ฉิ่งทอง (ครูฉิ่ง)	DANCE				
17	คุณณรงค์ จรุงธรรมโชติ (ครูขวด)	วาดการ์ตูน				
	คุณชานนท์ ทองภูธร(ครูอาร์ท)	COVER				
18	คุณสวโรจน์ ชัยนาม (ครูแพทริค)	ภาษาอังกฤษ				
	คุณสุรัส จีรังกุลฤทธิ์ (ครูอ้อฟ)	DANCE				
19	คุณเอกพล รุ่งโรจน์กิจกุล(ครูก๊ก)	ภาษาญี่ปุ่น				
	คุณณัฐ เกศานนท์(ครูกบ)	มวยไทย				
	วิทยากรจากกรมสุขภาพจิต	EQ กลุ่ม				
	คุณนุจรี สีมานนท์ (ครูนุช)	การแสดง				
	คุณโชติกา อรรถคุณธนา (ครูตุ๋)	ร้องเพลง				
20	คุณวิจิตรา แสงใส (ครูปู)	ร้องเพลง				
	คุณมาติณณ์ ทรัพย์พุศรีวิงษ์ (ครูจ๊อบ)	Street Latin				
	วิทยากรจากกรมสุขภาพจิต	EQ กลุ่ม				
	คุณอัศกร ศิริสุจริตธรรม (ครูอาร์ท)	COVER				
	คุณชลธาร หมอนสวัสดิ์ (ครูก๊ก)	BBOY				
21	คุณกจิรัตน์วัฒนานนุรักษ์บดี (ครูหนู่ย)	มวยไชยา				
	คุณนาคิมศิริวัฒนกุล (ครูพี)	ร้องเพลง				
22	คุณชนัดดา ธนภฤชชัย (ครูธา)	เทควันโด				
	คุณมนัสสวีกฤตตานุกุล (ครูหลิว)	DANCE				
23	คุณธงชัย ชงเงิน (ครูโจ)	คีย์บอร์ด				

ใบลงทะเบียนวิทยากร ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONEสาขา

ประจำเดือนพ.ศ.

วันที่	วิทยากร	วิชาที่สอน	ลายเซ็น	วิทยากรที่มาแทน	วิชาที่สอน	ลายเซ็น
	คุณศรียระคุณ ฉิ่งทอง (ครูฉิ่ง)	DANCE				
24	คุณปิติวรรณ โพธิ์เงิน (ครูเจี๊ยบ)	ประดิษฐ์				
	คุณชานนท์ ทองภูธร(ครูอาร์ท)	COVER				
25	คุณสวโรจน์ ชัยนาม (ครูแพทริค)	ภาษาอังกฤษ				
	คุณสุรัส จีรังกุลฤทธิ์ (ครูอ้อฟ)	DANCE				
26	คุณเอกพล รุ่งโรจน์กิจกุล(ครูก๊ก)	ภาษาญี่ปุ่น				
	คุณณัฐ เกศานนท์(ครูกบ)	มวยไทย				
	วิทยากรจากกรมสุขภาพจิต	EQ กลุ่ม				
	คุณนุจรี สีมานนท์ (ครูนุช)	การแสดง				
	คุณโชติกา อรรถคุณธนา (ครูตุ๋)	ร้องเพลง				
27	คุณวิจิตรา แสงใส (ครูปู)	ร้องเพลง				
	คุณมาติณณ์ ทรัพย์พุศิวิงษ์ (ครูจ๊อบ)	Street Latin				
	วิทยากรจากกรมสุขภาพจิต	EQ กลุ่ม				
	คุณอัศกร ศิริสุจริตธรรม (ครูอาร์ท)	COVER				
	คุณชลธาร หมอนสวัสดิ์ (ครูก๊ก)	BBOY				
28	คุณกจิรัตน์วัฒนานนุรักษ์บดี (ครูหนู่ย)	มวยไชยา				
	คุณนาคิมศิริวัฒนกุล (ครูพี)	ร้องเพลง				
29	คุณชนัดดา ธนภักษ์ชัย (ครูถา)	เทควันโด				
	คุณมนัสสวีกฤตตานกุล (ครูหลิว)	DANCE				
30	คุณสิริพงศ์ อินทนนท์ (ครูเอียด)	กีตาร์				
	คุณศรียระคุณ ฉิ่งทอง (ครูฉิ่ง)	DANCE				

ใบลงทะเบียนวิทยากร ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONEสาขา

ประจำเดือนพ.ศ.

วันที่	วิทยากร	วิชาที่สอน	ลายเซ็น	วิทยากรที่มาแทน	วิชาที่สอน	ลายเซ็น
31	คุณปิติวรรณ โพธิ์เงิน (ครูเจี๊ยบ)	ประดิษฐ์				
	คุณชานนท์ ทองภูธร (ครูอาร์ท)	COVER				

ใบลงทะเบียนการเข้าร่วมกิจกรรมสร้างสุขของสมาชิก

ศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE สาขา

จันทร์ อังคาร พุธ พฤหัสบดี ศุกร์ เสาร์ อาทิตย์

ชื่อวิทยากร.....กิจกรรมที่สอน.....

ชื่อวิทยากร.....กิจกรรมที่

สอน.....

หมายเหตุ : หากมีการสอนแทนให้ระบุด้านล่าง

เวลา.....

วิทยากรแทน :.....วันที่สอนแทน.....

วิทยากรแทน :.....วันที่สอนแทน.....

วิทยากรแทน :.....วันที่สอนแทน.....

3

วิทยากรแทน :.....วันที่สอนแทน.....

ลำดับ	ชื่อ-สกุล	สถานศึกษา	ระดับชั้น	ชื่อเล่น	วันที่เข้าร่วมกิจกรรม					เบอร์โทร
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										
9.										

หมายเหตุ : ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ในวันที่เข้าร่วมกิจกรรม

ตารางกิจกรรมศูนย์เพื่อนใจ TO BE NUMBER ONE สาขา ประจำเดือน.....พ.ศ.

วัน/วันที่ เวลา	10:30 – 12:00 น.	12:00 – 13:30 น.	13:30 – 15:00 น.	15:00 – 16:30 น.	16:30 – 18:00 น.	18:00 – 19:30 น.
จันทร์ 5/12/19/26	มีบริการให้คำปรึกษา ตั้งแต่เวลา 10:30 – 16:30 น.				พิธีกร (ครูเต้)	Dance (ครูอ้อฟ) 5/12/19 Dance (ครูนุ้ย) 26
อังคาร 6/13/20/27	มีบริการให้คำปรึกษา ตั้งแต่เวลา 10:30 – 16:30 น.				เทควันโด (ครูธา)	Dance (ครูหลิว)
พุธ 7/14/21/28	มีบริการให้คำปรึกษา ตั้งแต่เวลา 10:30 – 16:30 น.				กีตาร์ (ครูเอียด) 7/14 คีย์บอร์ด (ครูโจ) 21/28	Dance (ครูฉิ่ง)
พฤหัสบดี 1/8/15/22/29	มีบริการให้คำปรึกษา ตั้งแต่เวลา 10:30 – 16:30 น.				วาดการ์ตูน (ครูชวด)	เต้นCover (ครูลือต)
ศุกร์ 2/9/16/23/30	มีบริการให้คำปรึกษา ตั้งแต่เวลา 10:30 – 16:30 น.				ร้องเพลง (ครูพี)	ภาษาอังกฤษ (ครูแพทริค)
เสาร์ 3/10/17/24/31	ภาษาญี่ปุ่น(ครูก๊ก) 3/31 ภาษาเกาหลี(ครูโบ) 10/17/24	กลองชุด (ครูออย)	กิจกรรมพัฒนา EQ กรมสุขภาพจิต	ครูบ (มวยไทย) 3/10 ครูนุ้ย (มวยไชยา) 17/24/31	(การแสดง)	ร้องเพลง (ครูตุ๋)
อาทิตย์ 4/11/18/25	ศิลปะประดิษฐ์ (ครูเจี๊ยบ)	ครูปู (ร้องเพลง)	ครูจ๊อบ (ลีลาศ)	กิจกรรมพัฒนา EQ กรมสุขภาพจิต	เต้นCover (ครูลือต)	B-BOY (ครูก๊ก)

รายชื่อผู้จัดทำ

- | | | |
|--------------------|--------------|---|
| 1. นางอรรรณ | สุวรรณะบุญย์ | ผู้อำนวยการสำนักงานโครงการ TO BE NUMBER ONE |
| 2. นางสาวปัทมา | พ่วงเจริญ | นักสังคมสงเคราะห์ปฏิบัติการ |
| 3. นางสาวพันธวัลลี | สิทธิณรงค์ | นักสังคมสงเคราะห์ปฏิบัติการ |
| 4. นางพจณีย์ | ดาราพิชัย | นักสังคมสงเคราะห์ |
| 5. นางสาวสุมาลี | หวะสุวรรณ | นักสังคมสงเคราะห์ |
| 6. นางสาวทิวาทิพย์ | แสนทวี | นักวิชาการสาธารณสุข |